Конспект занятия на тему:

«Путешествие в страну здоровья»

подготовила

воспитатель МАДОУ ЦРР-д/с № 22

Гавриленко Л.И.

Конспект занятия на тему: «Путешествие в страну здоровья»

**Цель:** Создание условий для развития познавательных и творческих способностей детей. Учить понимать смысл пословиц. Уточнять и расширять имеющиеся у детей знания «полезных» и «не полезных» продуктов питания, учит их называть. Развитие у детей мышления, воображения, связной речи, мелкой моторики пальцев рук. Воспитывать сознательное отношение к своему здоровью, желание закаливать свой организм.

**Задачи:**

Способствовать формированию у детей потребности в здоровом образе жизни, умению следить за своим здоровьем самостоятельно, используя несложные приемы самооздоровления, соблюдая правила гигиены и питания. Побуждать использовать полученные умения и навыки для сознательного отношения к своему здоровью. Обучать умению слушать и понимать заданный вопрос, полным ответом отвечать на вопрос.

**Материалы и оборудование:**

Коробка с предметами личной гигиены, картинки с изображением зубов, макеты «не полезных» продуктов питания, два больших мяча, маленький мяч.

**Предварительная работа:**

Рассматривание альбома с овощами и фруктами. Рассматривание альбома с молочными продуктами питания. Разучивание загадок о предметах личной гигиены. Разучивание песни о здоровье. Чтение художественных произведений: Чуковского «Ай Болит», Барто «Девочка чумазая». Разучивание пословиц о здоровье. Беседы на тему: «Полезная» и «не полезная» пища, «О правильном питании», «Наши лучшие друзья: Мыло и вода», «Для чего мы чистим зубы», «Физкультурой заниматься, болезней не бояться».

**Непосредственно образовательная деятельность**

(Дети входят в зал, здороваются с гостями и садятся на свои места)

- Ребята, сегодня, я хочу предложить вам отправиться в путешествие в страну здоровья. Ребята, кто из вас хочет быть здоровым? (ответы) А как вы понимаете, что значит быть здоровым?

- Верно, это когда не болеешь, хорошо растешь, когда хорошее настроение, когда можно гулять на улице, чувствуешь у себя силы и много можешь сделать. Ну, что, поедим? (да) (появляется Незнайка)

Незнайка: Здравствуйте ребята! Я тут проходил мимо и услышал, что вы собираетесь в путешествие. Я тоже хочу поехать с вами и хочу быть здоровым. Вы возьмете меня с собой?

- Возьмем с собой Незнайку? И научим его быть здоровым? Но путь будет не прост, в дороге нас будут поджидать трудности, и мы должны их преодолевать. Согласны пройти испытания? (да) А ты Незнайка? (да) А на чем можно отправиться в путешествие? (ответы)

-А мы с вами отправляемся на поезде. Давайте займем места и в путь. (под звуки поезда дети друг за другом идут по кругу и возвращаются на стульчики)

- Вот и первая остановка, она называется «Чистюлькино». Посмотрите ребята, что это за коробка? Давайте посмотрим, что в ней. А помогут нам в этом загадки. (Дидактическая игра: «Волшебный сундучок») (Дети поочереди загадывают загадки о предметах личной гигиены, вынимают из мешочка отгаданные предметы)

Ускользает, как живое, Но не выпущу его я. Белой пеной пенится, Руки мыть не ленится. (Мыло)

Хожу брожу не по лесам, А по усам, по волосам. И зубы у меня длинней, Чем у волков и медведей. (Расческа)

Пластмассовая спинка, Жесткая щетинка, С зубной пастой дружит, Нам усердно служит. (зубная щетка)

И сияет и блестит Никому оно не льстит, А любому правду скажет – Все как есть ему расскажет. (Зеркало)

Вытирая, я стараюсь После ванны паренька. Все намокло, все измялось – Нет сухого уголка. (полотенце)

Лег в карман и караулю Реву, плаксу и грязнулю. Им утру потоки слез Не забуду и про нос. (Носовой платок)

- Ребята, скажите, а для чего нужны эти предметы? (для того, чтобы быть чистыми) Вот, Незнайка, слушай: «Где чистота – там здоровье».

Незнайка: Я обязательно, буду умываться, причесываться, чистить нос и уши. Ой ребята, посмотрите, что я здесь нашел. Это же конверт.

- Давайте его откроем! Здесь, ребята, написано задание: «Назовите пословицы и поговорки про чистоту».

«Чище мойся, воды не бойся».

«Руки мыть, здоровым быть».

От рук грязных – семь болезней разных».

- Молодцы и с этим заданием справились.

- Правильно, ребята, кто следит за чистотой, тот реже болеет. А еще для здоровья надо заниматься физкультурой. Давайте поиграем в игру «Кто быстрее».

Незнайка: Если мы все вспомнили и поиграли, то давайте отправимся дальше.

- Давайте, ребята приготовимся ехать на поезде. (под звуки поезда дети друг за другом идут по кругу и возвращаются на стульчики)

- Вот мы и приехали, а эта остановка называется «Вкусняшкино». Ребята, а почему эту остановку так назвали? (ответы)

-Я с вами спорить не буду, но все ли эти продукты полезны? (ответы)

Незнайка: Ребята, а давайте поиграем с вами в игру: «Полезное – не полезное» и узнаем, что полезно, а что нет.

- Вот молодцы, рассказали Незнайки о полезных и вредных продуктах. Ребята, мы знаем, чтобы хорошо расти нужно употреблять в пищу молочные продукты. Какие молочные продукты вы знаете? (ответы)

Незнайка: Ой, ой, ой!

- Что случилось Незнайка?

Незнайка: У меня кажется, болит зуб.

- Незнайка, наверное, ты не ухаживаешь за зубами, поэтому они и заболели. Ребята, давайте расскажем Незнайке, как нужно ухаживать за зубами. (воспитатель показывает картинки с зубами)

- Ребята, что на рисунке изображено? (зубы) Посмотри Незнайка вот на этой картинке зубы белые и веселые. А здесь – темные, грустные. Каково ваше мнение, ребята, что произошло с этими зубами? (белые зубы чистят и кормят полезной пищей, а за темными зубами не ухаживают, не чистят, кормят пищей, которая разрушает зубы)

Незнайка: Как вы думаете, какая пища разрушает зубы? (конфеты, мороженое, торты, шоколад) А какая пища полезна для зубов? (овощи, фрукты, молочные продукты) Ребята, а вы бережете зубы? (да) Тогда я тоже буду ухаживать за зубами, и не буду есть много сладкого.

- Ну что, тогда отправляемся дальше? (под звуки поезда дети друг за другом идут по кругу и возвращаются на стульчики)

- Следующая остановка «Закаляйкино». Оказывается, чтобы быть здоровым нужно закаляться. (отрывок стихотворения «Если хочешь быть здоровым»)

Все, кто хочет быть здоров, Закаляйтесь вы со мной. Утром бег и душ бодрящий, Как для взрослых, настоящий. Чаще окна открывать, Свежим воздухом дышать. Руки мыть водой холодной. И тогда микроб голодный, Вас во век не одолеет.

- Давайте расскажем Незнайке, как нужно закаляться. (надо обливаться сначала прохладной водой, затем холодной, ходить босиком)

- Есть еще один способ закаливания – это самомассаж. Послушайте, что обозначает это слово. Массаж это поглаживание. А часть слова «само» - это значит, что человек делает сам себе массаж. Ребята, давайте, и мы сделаем сами себе массаж.

Самомассаж: Лобик мыли! Щечки мыли! Ушки мыли! Ручки мыли! Все помыли! Чистые теперь. Открыть к здоровью дверь!

- Молодцы, ребята! Вы выдержали все испытания, которые встречались на нашем пути. А ты Незнайка, все усвоил?

Незнайка: Да, я теперь все буду делать для того, чтобы быть здоровым. И пожалуй останусь в этой стране.

- Ну, а нам пора возвращаться обратно. До свидание Незнайка. (Незнайка уходит) Давайте, ребята приготовимся ехать на поезде. (под звуки поезда дети друг за другом идут по кругу и возвращаются на стульчики)

- Вот мы и побывали в замечательной стране «Здоровья». Вам понравилось? Вы сегодня отлично поиграли. Я вижу на ваших лицах улыбку. Это очень хорошо! Ведь радостное, хорошее настроение помогает нашему здоровью. Угрюмый, злой и раздражительный человек легко поддается болезни. А хорошее настроение и улыбка это защита от болезни.

Дети исполняют песню о здоровье.